



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

Yaşlanmak ve İhtiyarlamak

Prof. Dr. phil. habil. İsmail Tufan

Yaşamak isteyen yaşlanmak zorundadır. Duadaki amin kadar kesin olan bu durumu, günümüzün insanına yeniden hatırlatmak gerekiyor. Yaşlanan herkes ihtiyarlayamıyor. Modern insanın içine düştüğü çıkmaz biraz da buradan ileri geliyor.

Asıl önemli olan yaşlanmak değil, yaşlanmaya götüren yoldur. Her insan kendine “neden” yerine, “nasıl” yaşlandığını sormalı. Annesinin karnında başlayan, son nefesine kadar süren hayat yolunun ilk kıvrımlarını başkaları çizer. Anne ve babası, dayı, amca, hala ve teyzesi, büyükanne ve büyükbabası, öğretmeni vs. bu yolun ilk mimarlarıdır. Kaldırımlarını, asfaltını atarak, ona mümkün olduğunca engebesiz, düz bir yol hazırlamaya çalışırlar.

Hayatın belli bir aşamasından sonra herkes yaşam yolunun haritasını kendisi çizmek isteyince, yardımcılarının görevi artık sona ermiştir. Eğitim, bir insanın sadece bilgi edinme, disiplinli çalışma, yaratıcı uğraşlar gibi birtakım beceriler elde ettiği bir süreç değildir. Eğitimin amacı sadece bununla kısıtlı kalırsa, bu fukara, geri ve zavallı bir eğitimidir ve ortaya ancak bilgili cahiller çıkarabilir.

Embriyonal safhayı aşması mümkün olmayan böyle toylar çoğaldıkça, toplumun teknolojik, ekonomik, politik gibi birçok alanda olgunlaşması mümkündür, ama kendisi hiçbir zaman olgunlaşmaz. Toplumlar da insan gibi toy ya da olgun olabilirler. Yaşlıların çoğalması, toplumun olgunlaşması anlamına gelmiyor. Demografların ortaya koyduğu kanıtlar, her toplumun yaşlandığını gösteriyor. Yaşlıların sayısındaki sürekli tırmanış bir asır önce başladı. Bugün biz tezat bir durumla karşı karşıya bulunuyoruz: Ne kadar çok yaşlı varsa, gençliğe duyulan özlem o kadar artıyor. Bu özlemi sadece gençler değil, yaşlıların kendileri de körüklüyor. Yaşlanan, ama yaşlı olmaktan korkan insanların çağında, ihtiyarlığın önemi giderek kayboluyor.

Bugün yaşlılığın anlamı da değişti. Gerontologlar, eskiden de yaşlı insanların, zannedildiği kadar itibar görmediklerini kanıtlamış olsalar bile, eskiden yaşlılıkta algılanan ile bugünkü arasında belirgin farklar vardır. Günümüzde yaşlanma, toplum geneli için konuşacak olursak, daha çok biyolojik bir süreç olarak görüldüğünden, onu durdurma eğilimi odak noktaya konmuştur. Oysa “eskiler”, yaşlılığı daha çok bir gelişme olarak görüyordu. Gerontologlar bunu biraz hafife alarak, az sayıdaki yaşlıya saygılı olmanın zor olmadığını söylemektedir. Bu iddiada gerçek payı hiç de az değildir. Çünkü yaşlılara karşı düşmanlık, yaşlı sayısına paralel olarak artıyor. Ama burada sorulması gereken başka bir soru daha var: Düşmanlık yaşlılara mı, yoksa yaşlıları taşıyamayan sosyal sisteme mi karşıdır?

Eğer insanın doğasında yaşlılara karşı herhangi bir antipati bulunsaydı, ailenin ayakta kalması nasıl mümkün olabilirdi? Ailenin çöktüğünü söyleyen araştırmacıların bulunduğunu da biliyoruz. Ancak bu da diğer görüşler gibi tamamen bakış açısına bağlıdır. Günümüzde



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

yaşlılara karşı sadece düşmanlık çoğalmadı, düşmanlığın türlerinde de artış meydana geldi. Gerontolojik tartışmalarda “kuşaklar arası savaş” olarak nitelendirilen bu durumun sebepleri, “yaşlanmaya” duyulan düşmanlıktır. Eğer bu, yaşlılara karşı düşmanlık olarak kabul edilirse, insanın kendisine de düşman olması gerekirdi. Çünkü her insan geleceğini, istese de istemese de, orada geçirecek.

Kuşak anlaşmazlıkları insanlık tarihi kadar eski, insanlığın temel problemlerinden biridir. 5000 yıl öncesinden günümüze kalan yazılı eserlerde, yaşlıların gençlerden, gençlerin yaşlılardan şikayetçi olduklarını gösteren birçok ize rastlanmıştır. Günümüzdeki kuşak çatışmalarının ardında yatan asıl sebeplere baktığımız zaman, bunların ekonomik ve politik gerekçelerle açıklanabildiklerini görebiliriz. Daha dikkatlice bakınca, kuşaklar arasındaki sürtüşmelerin organizeli olarak yürütülmeye başlandığını da rahatlıkla algılayabilir ve kimin kim ile çatışma halinde olduğu sorusunun, bu bağlamda önemli olduğunu anlarız.

Çağımız, yaşlanırken bir türlü ihtiyarlayamayanların çağıdır ve bu insanların mücadelesi, pastadan alacakları payın büyüklüğüne bağlıdır. Kendine en büyük dilimi almaya çalışanları, iki sınıfa ayırarak yaşlı ve gençlerden meydana geldikleri söylenebilir. Ama paylaşım savaşındaki figüranları başka sınıflara da ayırabiliriz: İmtiyazlılar ve imtiyazsızlar, zenginler ve fakirler, politikacılar ve toplum, doktorlar ve hastalar, eğitimliler ve cahiller. Bu listeyi istediğimiz kadar uzatabilir ve her kategoride kuşak çatışması bulunduğunu gösterebiliriz.

Asıl önemli soru, kavganın bulunduğunu tespit etmek ve bunu her fırsatta ortaya koymak değildir. Sorun, kavganın barışa nasıl dönüştürülebileceğinde yatıyor! Kompleks problemlere basit cevaplar vererek, bunlardan çözüm umut etmek pek akıllı bir beklenti olmasa gerek. Buna rağmen ne kadar karmaşık olursa olsun, her problemin özünde basit bir neden yatar. Kuşak ilişkilerinin bozulmasına yol açan bir tek basit neden yerine, birçok basit nedenlerin bulunduğunu; bunların ise ekonomik ve politik alanlarda yaşanan gelişmelerde yer aldığını söyleyebiliriz.

Bu gelişmeler modern insanı aç gözlü, bencil, egoist yaptı. Genci gibi yaşlısı da bunun tesiri altındadır. Böyle giderse, geleceğin dünyasında ileri yaşta, ama ihtiyarlayamamış insanların sözü geçecek. Bu insanlar ne kadar çoğalır, kuşakların arasında barışı korumak o kadar zor olacak. Bu yüzden bizim yaşlılara değil, ihtiyarlara ihtiyacımız var.

İhtiyar denilince akla genellikle olumsuz düşünceler gelir. Hasta, yatalak, bağımlı insanlardan söz ediyormuşuz gibi bir duygu uyanır içimizde. İhtiyar sözcüğü, özellikle entelektüel kesimin bilerek kullanmaktan kaçındığı, tabulaştırıldığı bir kavram haline geldi. Türkçeyi yabancı kelimelerden arıtmak için yapıldığını ileri sürenler olabilir: Çünkü ihtiyar kelimesi Arapçadır. Onlara şunu da hatırlatmak gerekiyor: Türkçeyi yabancı kelimelerden kurtarmaya ilk önce hukuktan başlamalıdır. Bir mahkemede avukat ve hakimlerin kullandıkları sözcükleri, normal bir Türk vatandaşının anlaması mümkün değildir.

İhtiyar, Türk Dil Kurumu'nun Türkçe Sözlüğünde açıklanırken, (1) Yaşlı, kocamış; (2) baba veya anne (teklifsiz konuşmalarda) ve (3) seçme, anlamlarına geldiği belirtilmektedir. Konu



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

başlığının *Yaşlanmak ve İhtiyarlamak* olarak seçilmesinin nedeni, ihtiyar kavramının sadece yaşlı anlamına gelmeyişiinde yatıyor. İhtiyar, seçkin bir insan anlamına da gelebilir. Önemli olan, bu kavram altında neyin algıladığıdır. Buna karşın yaşlanmak kavramında “yaş” temeldir ve daha çok yıllarla ölçülen, ardında biyolojik kayıplar yatan bir süreci ya da demografik bir ölçü birimini anımsatmaktadır. Buna karşın burada, yaşlanmak ve ihtiyarlamak kavramları arasında ayırım yapılmıştır.

Günümüzde ortaya çıkan düşüncelerden biri de, yaşadıkça yaşlanıldığının kabul edilmesinde yatıyor. Önce şunu bilmeliyiz: Yaşlananlar sadece yaşamasını bilmeyen ya da yaşayamayanlardır. Yaşlanmak ve ihtiyarlamak arasındaki en önemli fark, yaşlananların yaşayamayanlar, ihtiyarlayanların ise yaşayanlar olmasıdır. Jack London, bir insanın temel görevinin yaşamak olduğunu, Rousseau ise yaşamanın, soluk almak değil, çalışmak olduğunu söylemiştir. Yaşlananlar, daha çok soluk alanlardır, buna karşın ihtiyarlayanlar, kendine ve topluma faydalı çalışmalar yapanlar!

Seneca'nın savaşmakla bir tuttuğu yaşamayı gönül rahatlığıyla bir kenara bırakabiliriz. Yaşamak savaşmak olarak değil, barışmak olarak tanımlanmalıdır. Kendisiyle ve diğer insanlarla barışmasını bilenlerin yaşlanma sürecini, bir ihtiyarlama sürecine dönüştürmek için barışa gereksinim var. Bunu başaramadığımız için kendisiyle kavgalı insanlar giderek çoğalıyor. Herhalde insanlık tarihinde bugünkü kadar çok psikolojik hasta hiç olmamıştı. Özellikle yaşlanma korkusu, modern toplumu kemiren bir kuruntu haline geldiğinden bu yana ihtiyarların sayısı bir hayli azaldı.

Yaşlanmaktan duyduğumuz korkuyu kolay kolay telaffuz etmeyiz. Hele daha olumsuz çağrışımlar yapan kelimeyi, yani ihtiyarladığımızı hiç ağzımıza almayız. Yaşlanmaktan korkan insanların, daha çok modern toplumlarda görülmesi bir sinyaldir. Afrika'nın gelişmemiş, ilkel bir yaşam sürdüren insanı, cildindeki kırışıklığa pek fazla kafa yormaz. Yaşlanma korkusu, bizim gibi toplumların bir ürünüdür ve kültürle çok sıkı bir bağlantısı vardır. Temeli Antikçağda atılan Batı kültürünün filozofları 2500 yıl önce de yaşlanmayı ve yaşlılığı tartıştı. Platon, en değerli şeyin hayat değil, güzel yaşamak olduğunu söylerken, ortalama yaşam süresi 20 yıl civarındaydı.

Modern toplumun insanları Platon'un tavsiyesini hiç unutmadı ve yaşamının temel unsuru olarak gördü. Ancak onu tam olarak anladığı söylenemez. Günümüzde güzel yaşamak kavramı altında, daha çok güzel giysiler, güzel bir ev, güzel bir otomobil anlaşılır. Yaşamın derin bir idrak süreci olduğunu unutanların ağırlık kazanmasıyla, yaşamın güzel taraflarını biz ancak Hollywood'un milyonlarca dolarlık silikon şeritlerinde yaşayabiliyoruz. Film endüstrisi insanın ihtiyaçlarını, psikologlardan ve gerontologlardan daha iyi biliyor. Yaşamanın gülmek ve ağlamak olduğunu biz, bir buçuk saatlik filmlerde yaşıyor ve bu güzelliği bize yaşatanlara, güzel bir hayat yaşamaları için tıkr tıkr para ödüyörüz. Evet, güzel yaşamak hayal olunca, bu hayali biz ancak satın alarak yaşayabiliyoruz.



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

Öyle bir duruma geldik ki, ne yaşlanmayı ne de ihtiyarlamayı tam olarak becerebiliyoruz. Çocukluğumuzdan itibaren gidilecek güzergâhın plan ve projesini hazırlayanlar, bu çalışmalarını bir kere daha gözden geçirmelidir. Daha samimi, daha insancıl, daha akıllı bir plana ihtiyaç doğmuştur. Günümüzün yaşlılığı, laboratuvarlarda, üniversite binalarında, doktor muayenehanelerinde, meclislerde, moda salonlarında tasarlanıyor. Nasıl bir yaşam sürdüreceğimize biz değil, başkaları karar veriyor. Spor kurallarına göre 20, endüstri kurallarına göre 40, siyaset kurallarına göre 60 yaşından itibaren yaşlanmış oluyoruz. Kocamış bebekler yaratan bu gidişatın sonunda ortaya hiç yaşayamamış yaşlılar çıkıyor.

Pişman, bezgin, umutsuz ve hayallerini bırakmış insanlar yaratan bir hayattan, seçkin, derin düşünen, yaşamını ve yaşamı anlamış ihtiyarların çıkma olasılığı sifıra yaklaşır. Bu insanlarda yaşlılıkla alışkanlık birbiriyle örtüşür. Bu yüzden emeklilik ve yaşlılık, pişmanlıkla dolu bir pasiflik yaratıyor. Gerontologların durmadan aktif bir yaşlanmayı tavsiye etmelerinin nedeni buna dayanır. Aktif kalarak yaşlanmak, belki de ihtiyarlığın elde edilmesi için iyi bir olanak sunuyor. Ancak bu tavsiyeyi sadece insanların ciddiye alması yeterli değildir. Aynı zamanda onlara aktif yaşamı mümkün kılan olanakların da yaratılması gerekir. Aktif yaşamam gerektiğini bilmemin bana bir faydası dokunacaksa, ilk önce böyle bir yaşamı elde edebileceğim bir umudun içimde yeşermesi gerekmektedir.

Dönüp dolaşıp yine başa dönüyoruz: Nasıl bir eğitim verilmeli ki, tecrübesiz çocuklardan tecrübeli ihtiyarlar ortaya çıksın? İşe önce ebeveynlerden başlamak gerekiyor. Çocuklarımız sabah akşam, eğitim alıyorum sanarak, ezberciliğe alıştıırılıyorlar. Okulda hayat bilgisi yerine sadece, “üniversite sınavını nasıl kazanırım?” sorusuna cevaplar aranıyor. Türevler, entegraller, kimyasal formüllerle dolu beyinler yetiştirmek hedef olmamalı; körpe beyinler yaşlandırılmamalı, daha ziyade yaşamın bir bütün olduğu ve yaşamın bir ihtiyarlama süreci olduğu öğretilmeli. O zaman bu beyinler, sadece kâğıt üzerinde problem çözenler olarak kalmayıp, toplumu ve kendini ilerleten bir yola sapacaktır.

Montaigne, yüzündekilerden değil, aklında meydana gelebilecek kırıksıklıklardan korkuyordu. Dilerim ki yaşamınız, yaşayarak ihtiyarlamak ve cildiniz kırışırken gençleşen bir akıl süreci olsun!